



心胸肺外科專科
孫偉盛醫生

子女出世後發現其胸骨有凹陷，好多家長以為只是小問題，全因患者當時並無特別症狀，與正常小朋友無異，能跑能跳，直至胸部生長，胸骨凹陷變得嚴重了才會被注意到。有心胸肺外科專科醫生指出，這種因不了解而產生的謬誤，造成了對這種疾病的忽視，或未能及早治療，令人惋惜，建議家長若有懷疑，應帶小朋友到兒科門診檢查，看看會不會是「漏斗胸」，再讓醫生跟進，把握求醫黃金期，讓小朋友在青春前期治療是最適宜的。

漏斗胸（Funnel chest），廣東話又稱凹胸，心胸肺外科專科醫生孫偉盛指出，是胸前壁向內凹陷呈漏斗狀，是最常見的胸壁畸形現象。這是天生的，數據顯示在200個出生的小朋友當中有一個會有漏斗胸，男性患者比女性患者多4倍。到目前為止，漏斗胸的成因未明，但其中部分患者會有家族史或患有相關的綜合症。

通常患者還年輕的時候，因心肺功能相對較佳，未必會察覺到有明顯症狀，然而隨着年齡增長，症狀會逐漸明顯。患者會覺得呼吸不舒服、會氣喘、心口會痛，這些症狀會比平常多很多，其次就是進行持久運動時表現較以前遜色。最後就是胸凹陷，影響心肺功能及外觀。為避免暴露上半身，多數男性患者會減

少參加戶外活動，例如游泳和踢波。患者更會因此而害羞及畏縮，連自尊心也大受損害。他們的生理和心理健康都值得關注。

胸骨鈣化 考慮施手術

漏斗胸不能預防，只能越早發現越早就醫。X光計算漏斗胸指數，即胸壁橫徑與前後徑比值被視為治療決定的分水嶺。根據指引，漏斗胸指數若超過3.25的患者、有心肺功能影響或心理障礙的患者，視為嚴重，需要考慮手術治療。漏斗胸指數小於3.25的輕度患者，則建議採用保守治療。

9歲以下的小朋友，且情況不太嚴重的話，可以考慮觀察一下。9歲以下小朋友，

可用較少入侵性治療：如吸盤治療，每天維持8個小時以上，青春前期發育得最快，在這段時間是糾正漏斗胸的黃金期，半年後好大機會可能就不用做手術。孫偉盛解釋說：「過了青春後期之後，那些軟骨已經鈣化了，要再改變就有困難了。」

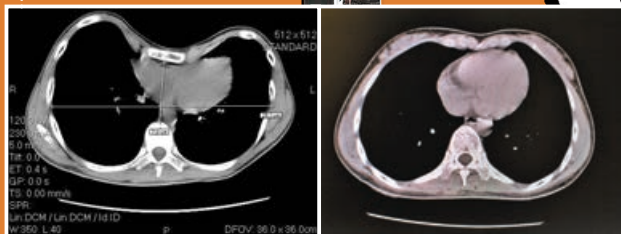
目前國際上常用Nuss氏方式進行矯正，利用鋼條置放於胸骨後方矯正。將量身訂造金屬支架從胸骨下心臟前導入，即可將下陷之胸骨撐起，最後將金屬支架固定於肋骨上。術後約3至5天肺部完全膨脹，無任何併發症即可出院。大部分病患術後休息1至2周可恢復上課及工作，但是建議2至3個月後才進行較激烈的運動，放置兩至三年後即可移除。在功能及外觀上9成患者感滿意，更有患者做完漏斗胸手術後，同時改善了背側彎的情況。因此若發現漏斗胸應盡快求醫。



■真空鐘矯正漏斗胸。

漏斗胸常見

■部分患者出生時表徵不明顯，但當踏入青春前期，胸骨發育，凹陷現象越趨明顯。



■漏斗胸CT

■正常胸部CT

運動易喘兼影響外觀

■進行持久運動時表現不及從前。

宜把握發育前治療

家長當小事

■胸凹除影響心肺功能外，更會損害患者自尊心。

醫資訊

■公眾可在計劃網站(www.jcpanda.hk)觀看一系列靜觀影片。

逾3000學生受惠 靜觀計劃延至2025

賽馬會「樂天心澄」靜觀校園文化行動早前舉辦三周年成果分享會，聯同九間參與計劃的種子學校，與大家分享經驗和心得，以支援更多教育界同工建構靜觀校園文化。

本港學生及老師的精神健康一向是社會重視的課題，教育界越來越重視正向教育，期望建立正面樂天的校園文化。香港賽馬會慈善信託基金遂撥款支持香港大學社會科學學院開展一個為

期三年半(2019年中至2022年底)的「樂天心澄」計劃，旨在本港校園推廣靜觀文化，關注本港學生及老師，以至大眾的精神健康。

香港賽馬會慈善項目高級經理(青年、教育及扶貧)曾芷詩指，「很欣慰首批加入計劃的種子學校已成為靜觀資源中心，向其他學校分享開辦經驗，至今有超過3,000多名學生受惠。」曾芷詩指，計劃吸引近40間學校成為聯繫學校，又協助大學和非牟利組織推廣靜觀。有見成果豐碩，決定延長至2025年。

計劃首階段，團隊已提供靜觀訓練予過千名老師和學校輔導人員(如教育心理學家、社工和學生輔導人員)，讓他們能夠靈巧地應對壓力及教導學生靜觀，甚至將靜觀納入校本課程與服務，支援學生、老師及家長。未來三年，計劃將伸延至靜觀教養，賦權予家長，讓他們有能力以靜觀的態度照顧自己和孩子。當家長、老師和輔導人員也擁有靜觀的基礎，計劃第二階段有望深化家校社合作，製造協同效應。

